第４回
ままちゃりGP
ルールブック

2012.1.29（日）開催

1)　　レース進行手順

1) 2012年1月6日必着にて参加申込書を実行委員会へ郵送またはスポーツエントリーのWEBサイトより参加申し込みをしましょう。

2) 事前準備とトレーニングを行いましょう。

3) 参加受理書の発送はしませんので、ホームページに掲載するエントリーリスト（募集締切後）で自チームのエントリーおよびゼッケンナンバーを確認してください。

4) 大会前日または当日、備品の再確認を行い岡山国際サーキットに向けて出発しましょう。

5) 入場ゲートで入場料を支払いましょう。駐車場は　Cパドックです。
　　　　大人　600円　中学生以下は無料
　各チームにつき１台は荷物搬入車両パスを発行します。
　入場ゲートの反対側の窓口(出口側) で引き渡ししていますので代表者の方は受取にきてください。
　搬入車両パスがない車はピット前まで乗り入れできません。
　※荷物を降ろしたあとは速やかにCパドックへ車を移動させましょう。

※　6）、7）、8）、9）については、チーム内で役割を決めておくといいと思います。

6) チーム代表者は時間内に18番ピットにて受付を行いましょう。
　受付では、計測器と大会プログラムをお渡しします。
　変更事項などあれば受付スタッフに伝えてください。

7) ゼッケンを取り付けたママチャリの車両検査をうけましょう。

8) 配布された計測器を指定場所に取り付けましょう。
　取付かたがわからないときはスタッフへ聞いて下さい。

9) チーム代表者１～2名はミーティングに参加しましょう。
　ミーティングで聞いた注意事項はチームのみんなに伝えてください。

10) 準備体操をして、試走しましょう。

11) スタート15分前になったらコースインしてペースカーの後ろに整列しましょう。

12) ペースカーを先頭にローリングスタートです。

13) チェッカーフラッグまでひたすら走り、全力で応援しましょう。

14) チェッカーフラッグ５分前になったらピット入口が封鎖され、メンバー交代できなくなります。

15) フィニッシュラインを通過し、感動のチェッカーフラッグをうけましょう。

16) 表彰式が始まるまで、フィニッシュ後の記念撮影（各自）

17) 18番ピット前で行われる表彰式に参加し、健闘をたたえあいましょう。

18) 表彰式終了後、結果を参照し順位を確認してから自分のトロフィを受取りましょう。

19) 表彰式終了後に荷物搬出車両は入場可能になります。

20) 満足感に浸りながら自由解散。

21) 無事帰宅し、ままちゃりGPが終了。

2)　ピット内のルール

1)　使用するピットはエントリーリストとピット割を確認し、指定されたピットを使用しましょう。

2)　皆で場所を共有しましょう。

3)　テーブルなどで場所を占有してはいけません。
　ピット内は参加者のみなさまで共有使用となります。先着順ではありません。
　テーブルを広げたり、場所を占有する等の身勝手な行動は禁止します。
　限られた場所を分け合い共同使用してください。

4)　ピット内が混み合っている場合は火気を使用してはいけません。

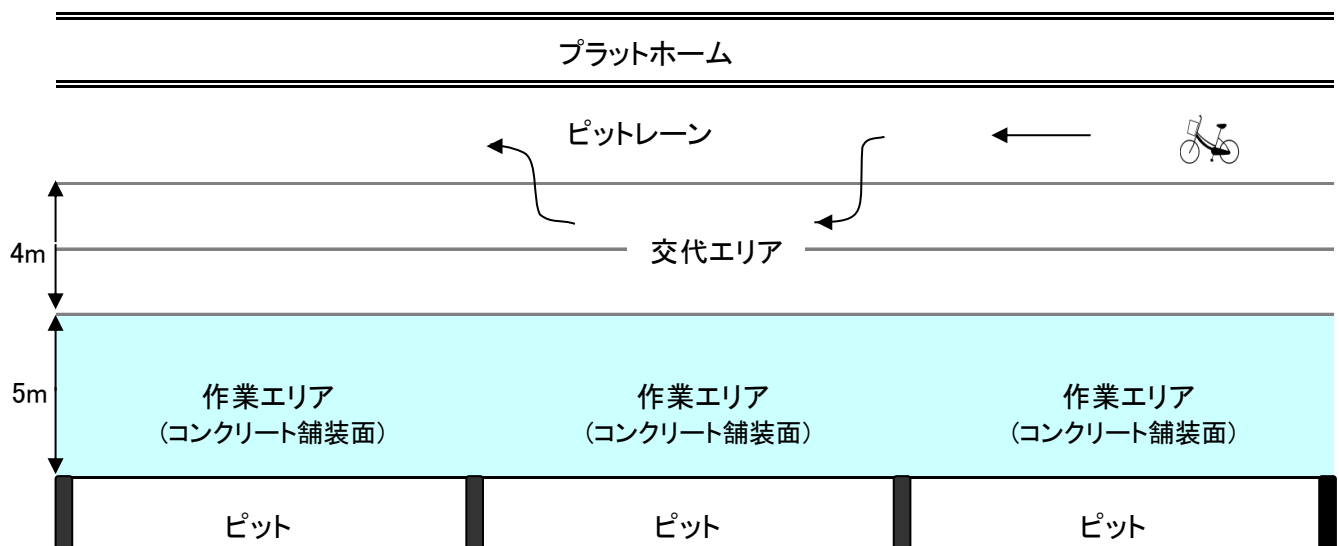
5)　自転車はピット内へ搬入せずピットロードへ整列させてください。見た目が大切です。

3)　ピットロード周辺について

1)　ピットロードはタイムを稼ぐ場所ではありません。いつでも停止できる安全なスピードで走行してください。

2)　ピットロード内は追い越し禁止となります。

3)　ライダー交代の際は交代エリアでお願いします（下図参照）

4)　修理などピット作業の際は作業エリア内でおこなってください。（下図参照）

4)　BBQ（バーベキュー）飲食、テント設営について

1)　ゴミが発生しないように工夫したBBQをお願いします。

2)　BBQを行う際は炭火用コンロやBBQコンロを使用し消火器や水を用意したうえ、お楽しみください。
地面での直火は一切禁止となります。

3)　カセットコンロ使用の際は、必ず取扱説明書に従った使用方法でカセットコンロを使用してください。
まちがった使い方をすると爆発することがあります。

4)　風で火のこが飛び散らないよう十分注意のうえ周囲の人々の安全確保を最優先に行動してください

5)　飲食可能ですが、ライダーは飲酒禁止！（飲んだら乗らない）
（どうしても飲みたい人はノンアルコールにしましょう！）

6)　天ぷらなどの油を多用する調理は全面禁止とします。

7)　パドック内は全面アスファルトです。テントのペグやアンカーは打ち込み禁止です。

8)　強風時はテントをたたんでください。

5)　屋内休憩場所について

暖房の効いた部屋を用意しています。ピット2階の210・211号室をご利用ください。
椅子やテーブルは設置しておりません。飲食と喫煙はご遠慮ください。

6)　車両について

1)　車両は事前に整備し安全に走行できる状態をご確認ください。

2)　想像している以上に車両への負担は大きいです。各所ボルト＆ナットの確認を忘れずにお願いします

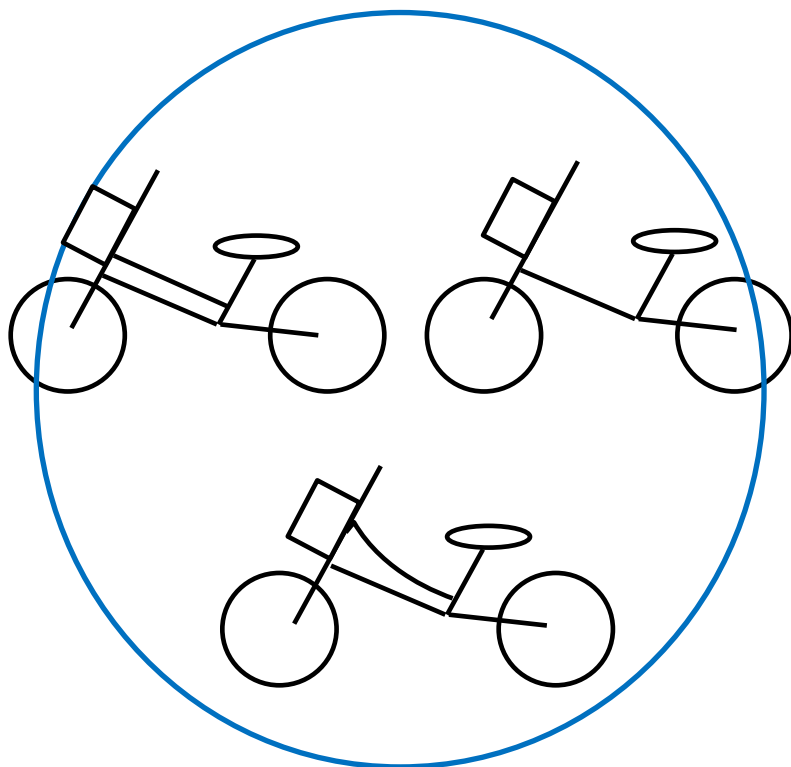
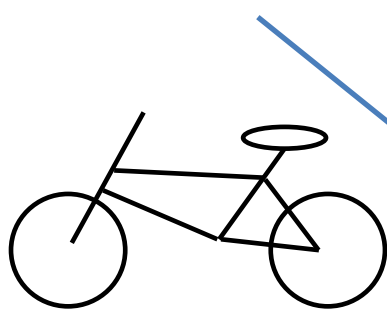
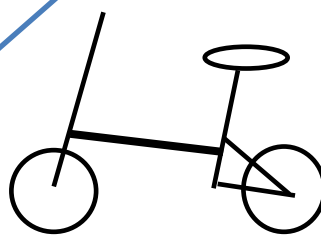
3)　カゴに認識可能で防水加工を施したゼッケンを自主作成で取り付けてください。
　サイズ：A4以上　　字体：ゴシック体を推奨　　字色：黒色
　自チームのゼッケンナンバーが目立つように、かっこよく美しく作成してください。
　以上のことを守っていただければ、装飾は自由です。

4)　当日の受付で計測器をお渡しします。計測器を指定場所へ取り付けてください。なお、転倒、接触、脱落などの理由により計測器と取り付けベースを破損させてしまった際は代金が請求されます

5)　下記の「車両規定一覧」と「図解車両規定」をご確認ください。

基本規定	重要規定
1)　カゴが装着されていること 2)　無改造のお買いもの用自転車であること 3)　車輪は26インチまでであること 4)　ギア付可。但し　8　**段変速以下**であること 5)　車両にお金をかけてはならない 但し装飾による場合は除く 6)　正面から認識できるゼッケンをカゴの正面に貼らなければならない 7)　各チーム1台とスペアマシン1台（※）合計2台まで使用可能。但しチームに子供が含まれている場合は、子供が安全に走行できるよう「子供専用として市販」されている車両を子供が使用することは可。 ※1　スペアマシンの定義＝メインマシンがこわれて走行不能になった場合に使用できるマシン。	1)　**ママチャリの勇姿**を保つため、 改造や変更は禁止 2)　メーカーより量販されている無改造の一般市販品に限る。自作・ハンドメイド・受注生産品などの特殊車両は使用不可。 3)　言うまでもないが、競技用タイヤの使用は不可。 ママチャリタイヤを使用のこと。 4)　クロスバイク系やスポーツ系の車両はの車両は ママチャリと認めない。 5)　電動アシスト付きも使用OKですが、賞典外となります。（事前に届け出必要） 6)　怪しげな改造禁止（超重要） 7)　走行性能を向上させるための**セコイ**改造 はご遠慮くださいネ

●子供とは･･･チームで用意した車両では身長などが合わず明らかに乗ることが危険である事を目安にご判断ください。また、子供車両の選択については、ドロップハンドル車など明らかにやる気で、結果ママチャリをぶっちぎってしまい、大人たちのひんしゅくを買わないようにしてください。

マシンの選び方

ママチャリに限る！

マウンテンバイク、クロスバイク
トレッキングバイクも使用不可

タイヤは26インチ以下！

ハンドルは市販の形状取付方法を保ってください。逆方向や裏返しの取り付けは禁止です。

7)　ライダーについて

1)　参加ライダーは　1　名以上　12　名以下で構成してください。
応援団やクルーの人数に制限はありません。

2)　アゴひもの付いているヘルメット（工事用可）・グローブ（軍手可）・長袖・長ズボン・運動靴の装備厳守となります。お子様に関してはパッド装着を推奨します

3)　自転車専用ヘルメットや工事用ヘルメット等は転倒時の強い衝撃により頭部や顔面を保護できない場合があります。実際に転倒して頭部打撲や前歯が折れてしまうなどの事例も報告されております。ヘルメットに関しては二輪用、四輪用、スキー＆スノーボード用などの安全な製品を使用することを強く推奨します。

8)　走行に関する注意事項

1)　走行においての基本理念につきましては、「弱者優先」と心得てください。

2)　走行中に他社と接触したり走行を妨げてしまった際は　「ごめんなさい！」
の一言を忘れずお願します。その一言でお互い気持の良いレースになる事と思います。

3)　常に前後左右の車両を確認し状況を把握しながら走行する習慣を身につけてください
例えば、コーナー侵入時はキョロキョロ周囲を見渡したり、追い越す際に
「横を通過しまぁ～す」　など声をかけたりする方法も有効かと思います。

4)　このレースは小さいお子様も参加します。**お子様を追い越す際は十分な車間と安全を確保しお子様優先（弱者優先）**で追い抜きをお願いします

5)　転倒等により怪我を負った際は、無理に動かず救援をお待ちください。動かすことによって怪我が悪化する恐れがあります。必要に応じてメディカルセンターへ搬送します。
医師の判断により病院へ搬送する場合があります。

6)　6才以下のお子様、または必要に応じて保護者の伴走を義務付けます。お子様が参加する際は十分な事前練習をお願いします。

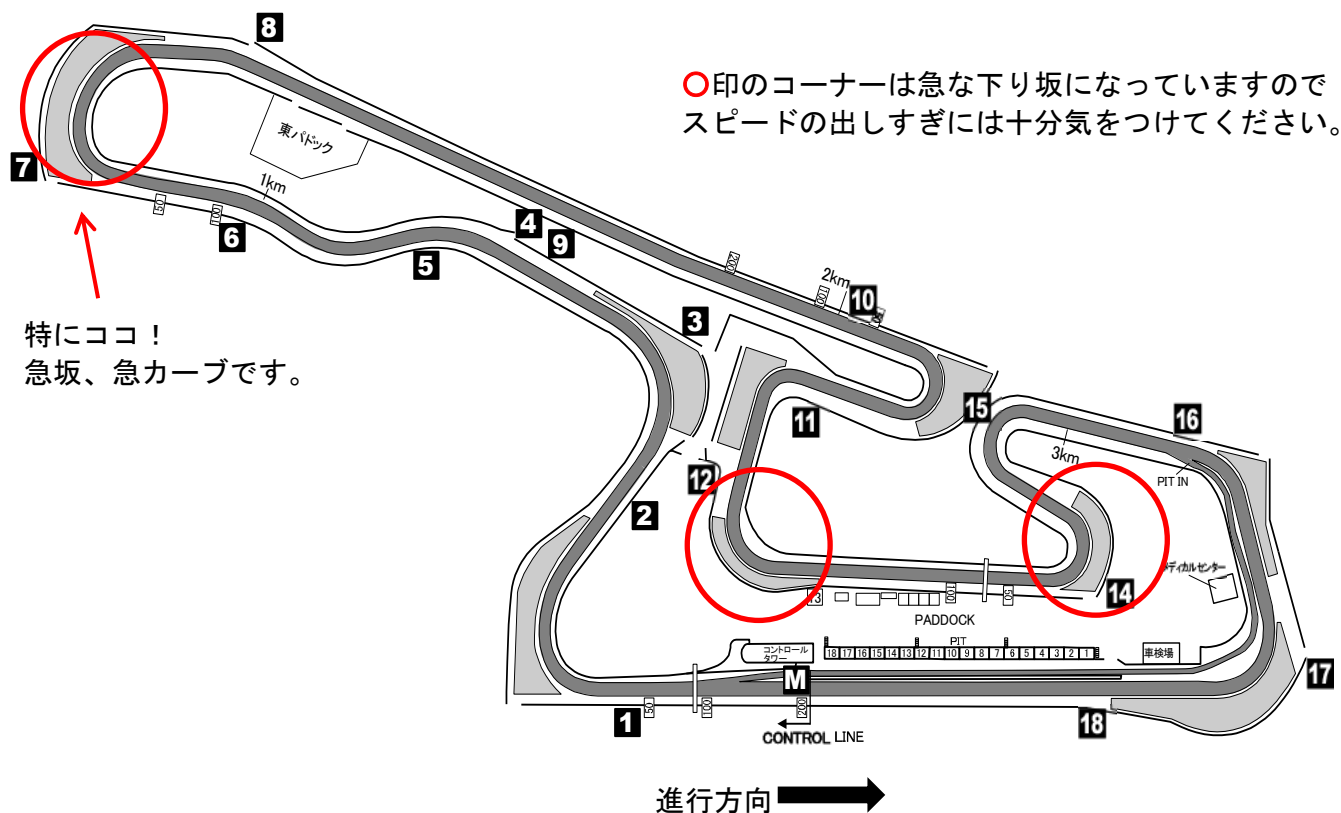
7)　レース中に起こった事故において、その相手に責任を追及したり、損害を要求することは出来ません。たとえ自分に非が無くとも、それらは「50：50」の定義に基づき処理されます。一般公道とサーキットでは考え方が違う事をご承知ください。また傷害保険などの適用はございません。各自でご加入ください

8)　走行中に落し物をしたことに気づいたら、自転車に乗ったまま逆走して取りに行くのは禁止です。
自転車はグリーン上に停車させ、グリーン上を移動して取りに行くこと。回収後は速やかにグリーン上に逃げ、車両に戻り安全確認して再スタートすること。

9)　コース内の危険個所

1)　ママチャリで岡山国際サーキットを走る！とは例えると「片道４車線の高速道路」をママチャリで走っているようなものです。スピード感は限りなく麻痺し、スピードがでていても気づくことなく「危険速度領域」に達することがあります。
コース内では自分の技量に見合った走行を心がけてください。

2)　裏ストレート後の下り坂コーナーについて

下り坂で速度が高く、また曲がるに従って奥がきつくなっている、想像以上に急な下り坂のカーブです。また転倒者の一番多いコーナーでもあり、怪我もハンパではありません。
速度に慣れている方ほど自転車の限界を超えてしまいます。転倒者の大半は「知らぬ間にスピードがでてしまい、気付いたときにはコントロール出来ずに転倒した！」というケースです。
また急な進路変更や斜行はたいへん危険です。特に初心者やお子様など、低速で走行する際はコーナーの外側を大回りする進路をとってください。
ママチャリの限界は極めて低いです。「妙な挙動」を感じたら、ゆっくりブレーキをかけてスピードをコントロールしましょう。
また、雨天時においてはハイドロプレーニング現象が発生した事例も報告されています。
コーナー進入時は十分にスピードを落としてから進入してください。

3)　コーナーリング中に各コーナーの縁石（赤白のペイント部分）には乗り上げしないようにご注意ください。縁石はウロコ状の段差になっており、滑りやすく、またリム破損の原因となります。

10)　持ち物

1)　自転車と装備一式

2)　ダウンロードした「ままちゃりルールブック」

3)　布製ガムテープ

4)　簡単な工具

5)　ばんそうこうなどの応急処置具

6)　防寒着（エスキモー並みの製品を推奨）

11)　計測と計測装備について

1)　計測器は受付で配布されます。装着場所は見本をみて装着してください。
わからないときはスタッフにたずねてください。

2)　走行中に計測器を紛失した場合は大会本部へ連絡ください。

3)　ゴール直後に計測器を回収します。返却なき場合は発信機代金が請求されます。
スペアマシンや子供用自転車用の計測器取り付けベースを貸出ししている場合は
レース終了後に大会本部へ返却ください

4)　スタートラインよりレースがスタートし、ゴールラインでチェッカーを受けます。

5)　経過時間はカウントダウンタイマーに表示されています

6)　チェッカーが振られる5分前からピットインできなくなります。終了間際のピットインや
コースインは経過時間を確認しながら作戦を練ってください

7)　チェッカーフラッグを受けたら、プラットホーム途中のピット進入口で発信機を返却し
ピットへ戻ってください。

12)　大会特別ルール

1)　ムキになったり、イライラしない！

2)　参加する選手および応援団は、事前に最新版の「大会ホームページ」「エントリーリスト」
「お悩み解消Q&A」を参照し、大会内容を理解しておくこと！

3)　雨が降ろうと濃霧に包まれようと、寒風に吹き飛ばされようと、降雪で大会中止に
追い込まれそうになろうと、皆で笑顔で走り仲良く交流を深めてチェッカーを目指すこと！

4)　気絶した場合を除き、その他の理由でリタイアしてはならない。

5)　転倒や困っている女性を見かけたら下心なしに助けること！

6)　ミーティングは必ず参加すること！（代表者1～2名）

7)　6才以下、または必要に応じてお子様が走行する際は保護者の伴走を義務付けます
参加受付の際に申告してください。尚、お子様の参加に際しては安全面や身体的能力を
十分検討した上でご参加ください